



## Tour des Glaciers de la Vanoise, 7 jours, Savoie, France



En plein cœur du Parc National, le Tour des Glaciers de la Vanoise est un des itinéraires de randonnée les plus emblématiques des Alpes. A altitude constante, c'est une immersion en montagne, entre lacs, alpages et sommets enneigés. Ici, il est décliné dans sa version intégrale, en 7 jours bien équilibrés en termes d'efforts. A ce rythme, nous aurons tout loisirs d'observer bouquetins et chamois dans leurs quartiers d'été et de nous pencher sur la flore encore présente à cette époque.

<b>Dates et heures</b>	Début du séjour : le 08/07/2025 à 9 h 30 Fin du séjour : le 14/07/2025 à 16 h Dates et déroulé sous réserve de disponibilité des refuges au moment de l'inscription. Autres dates possibles sur demande.
<b>Niveau technique requis</b>	Niveau technique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 3 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : marcheur entraîné et endurant Consulter <a href="https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/">https://www.vanoise-voyages.com/quel-est-mon-niveau/</a> pour comprendre le niveau attribué. Temps de marche : Jour 1 : environ 5 h 00 / Jour 2 : environ 6 h 00/ Jour 3 : environ 5 h / Jour 4 : environ 5 h / Jour 5 : environ 5h / Jour 6 : environ 5 h / Jour 7, environ 5 h Dénivelées : Jour 1 : 9 km, +936 m, -418 m / Jour 2 : 14.2 km, +490 m, -700 m / Jour 3 : 15.7 km, +827 m, -810 m Jour 4 : 12.2 km, +515 m, -907 m / Jour 5 : 8.8 km, +910 m, -365 m / Jour 6 : 12.7 km, +500 m, -1040 m / Jour 7 : 12.4 km, +820 m, -1300 m OU 11,7 km, +812 m, -1300 m Portage des bagages : non, sac à dos personnel porté par chaque participant
<b>Encadrement</b>	Par un membre du Bureau des guides et des accompagnateurs de Pralognan, membre de la Compagnie de la Vanoise. Diplôme : D.E. Accompagnateur en montagne Tél. mobile du référent séjour : 06 61 53 66 70 E-mail du référent séjour : <a href="mailto:anamilj@yahoo.fr">anamilj@yahoo.fr</a>
<b>Taille du groupe</b>	Nombre minimum requis : 4 participants Nombre maximum requis : 10 participants
<b>Type d'hébergement</b>	Refuges gardés, Parc National, FFCAM, et privé. Douches non incluses.
<b>Repas</b>	½ pension en refuges et pique-niques fournis, excepté le jour 1.
<b>Moyens de transport</b>	Téléphérique Jour 1. Pas de transport prévu le reste du séjour.
<b>Formalités</b>	<b>Formalités de police :</b> - pièce d'identité obligatoire en cours de validité  <b>Formalités sanitaires :</b> Afin de réaliser ce séjour dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude aux activités pratiquées pendant le séjour.

	<p><b><u>Informations à communiquer à Vanoise Voyages avant le séjour à votre inscription sur votre compte en ligne :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail</li> <li><input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour</li> <li><input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence</li> </ul> <p><b><u>Documents à transmettre à Vanoise Voyages avant le séjour :</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Copie document d'identité</li> <li><input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de Vanoise Voyages, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)</li> </ul>
<b>Date, lieu et heure du rendez-vous</b>	Le premier jour du séjour à 9 h 30 chez Pépé Gust à Pralognan la Vanoise
<b>Moyen d'accès au rendez-vous</b>	Par vos propres moyens.
<b>Date, lieu et heure de dispersion</b>	Le dernier jour du séjour à partir de 16 h chez Pépé Gust à Pralognan la Vanoise
<b>Description de l'itinéraire</b>	<p><b>Jour 1 :</b> rendez-vous à 9 h 30 chez « Pépé Gust » pour le café. Les voitures peuvent être garées derrière sur le Parking du Bouquetin ? Montée avec le téléphérique jusqu'au Bochor. Nous rejoindrons l'emblématique Route du sel après la découverte d'un étonnant lac glaciaire. Ce n'est que le 1er puisque nous traverserons ensuite le fameux Lac des Vaches puis nous longerons le Lac Long au pied de la Grande Casse, impressionnante, et déjà on devine le fameux col qui vit un jour le Président Félix Faure et ses troupes. Nuit au Refuge du Col de la Vanoise.</p> <p><b>Jour 2 :</b> départ à 8 h 30, le festival de lacs glaciaires se poursuit ce deuxième jour, avec pourquoi pas, la possibilité d'un pique-nique les pieds dans l'eau, mais cette fois ci en Maurienne ! Progression à altitude constante sous le Dôme de Chasseforêt, et observations probables de chamois et de bouquetins. Arrivée au refuge de l'Arpont.</p> <p><b>Jour 3 :</b> départ à 8 h 30, sentier en balcon dominant la vallée de la Maurienne, paysages changeants tout au long de la journée, alternant entre alpages, pierriers et forêt de pins. Arrivée sur les hauts de la station d'Aussois et dernière montée jusqu'au Refuge de Plan Sec, surplombant les impressionnants plans d'eau construits par l'homme.</p>

	<p><b>Jour 4</b> : Départ à 8 h 30, petite descente vers l'extrémité du Plan d'Amont pour prendre le Pont de la Sétéria. Nous laisserons le sentier qui monte tout droit vers le Col de la Masse pour aller chercher le Col du Barbier par une belle traversée peu fréquentée. Là, son pin solitaire et la vue sur la vallée. Après le plateau du Mauvais Berger, traversée en descente et retour en forêt jusqu'au refuge de l'Orgère.</p> <p><b>Jour 5</b> : Avant de rejoindre la montée du Col de Chavière, nous passerons par le Lac de la Partie pour une pause fraîcheur des plus agréable au terme d'une montée par un itinéraire alternatif. Au fur et à mesure, le paysage devient de plus en plus minéral, ambiance de haute montagne. Les cascades qui s'écoulent du Lac de Chavière plus haut nous offrent un beau spectacle. Pourquoi ne pas pique-niquer au Col de Chavière à 2796 m d'altitude ?! La vue y est magnifique ! Nous voilà de retour en Tarentaise alors que nous traversons un décor singulier. Le refuge de Pécelet Polset n'est plus qu'à 1 h 00 de marche, mais nous pouvons faire un crochet dans les recoins où les chamois ont pris leurs quartiers d'été.</p> <p><b>Jour 6</b> : Depuis Polset, nous irons découvrir le Lac blanc, sous le Glacier de Gébroulaz qui se pare des couleurs du levant. Ensuite, nous effectuerons un aller-retour qui vaut le détour vers un col de haute altitude pour admirer des lacs en formations sous le glacier et la langue de glace impressionnante qui s'écoule sur le haut de la vallée de Méribel. Il nous faut ensuite redescendre la Vallée de Chavière pour rejoindre le Refuge du Roc de la Pêche. Nous ferons une pause à la fromagerie d'alpage de Ritord où le délicieux Beaufort est fabriqué de juin à septembre.</p> <p><b>Jour 7</b> : Traversons les gorges qui nous séparent de l'alpage de Montaimont pour monter vers le Cirque des Nants. Encore une fois, le paysage est magnifique mais même au 7ème jour, on ne s'en lasse pas ! Un second étage, et nous voilà au Refuge de la Valette, tout près le Lac du même nom. Un autre lac se cache plus haut, irons-nous musarder ? Passage par un autre cirque glaciaire, sauvage, avant d'attaquer la descente sur le village de Pralognan par un fameux Pas.</p> <p>En fonction du niveau de forme des participants, une autre option sera l'ascension du Petit Mont Blanc, un des sommets phares de Pralognan.</p> <p>Il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
<b>Prix total</b>	<input type="checkbox"/> 1180 € par personne pour 4 à 5 participants

	<input type="checkbox"/> 945 € par personne pour 6 à 7 participants <input type="checkbox"/> 870 € par personne pour 8 à 9 participants <input type="checkbox"/> 790 € par personne pour 10 participants
<b>Suppléments et prestations complémentaires, variantes et options</b>	A prévoir sur place les douches en refuges en supplément de 2 à 5 € selon la ressource d'eau disponible dans l'été.  <input type="checkbox"/> Possible à 740 € par personne pour 12 participants (groupe déjà constitué)
<b>Le prix comprend</b>	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement en refuge (6 nuits), l'encadrement, les repas du jour 1 soit au jour 7 midi, le transport en téléphérique jour 1.
<b>Le prix ne comprend pas</b>	Les assurances personnelles, le pique-nique jour 1, les boissons, les douches en refuge, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
<b>Modalités et mode de paiement / Révision prix</b>	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, ou « chèques-vacances » ANCV.
<b>Assurances</b>	Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.  Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom : <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage,</li> <li><input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage</li> <li><input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance.</li> </ul> Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance, visibles en ligne sur la page des conditions des assurances.  <b>Aucune assurance annulation ne pourra être souscrite après votre inscription en ligne, assurez-vous d'avoir les assurances souhaitées avant de continuer votre inscription. Renseignez-vous auprès de votre carte bancaire avant inscription pour en connaître les conditions d'annulation et de rapatriement incluses. Toute déclaration d'assurance</b>



	<b>annulation devra faire l'objet de documents à fournir demandés par l'assurance, et si paiement par carte bancaire une attestation de non prise en charge par la banque.</b>
<b>Equipement personnel à prévoir</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> chaussures de randonnée semelles Vibram et de préférence montantes</li> <li><input type="checkbox"/> casquette et/ou chapeau,</li> <li><input type="checkbox"/> lunettes de soleil,</li> <li><input type="checkbox"/> gourde,</li> <li><input type="checkbox"/> crème solaire,</li> <li><input type="checkbox"/> sac à dos contenance moyenne (40 litres),</li> <li><input type="checkbox"/> coupe-vent imperméable, et/ou cape de pluie,</li> <li><input type="checkbox"/> doudoune légère ou/et petite veste polaire</li> <li><input type="checkbox"/> première couche manches longues pour le soir et le matin</li> <li><input type="checkbox"/> tee shirts</li> <li><input type="checkbox"/> pantalon léger,</li> <li><input type="checkbox"/> short,</li> <li><input type="checkbox"/> chaussettes et sous-vêtements de rechange</li> <li><input type="checkbox"/> vêtements de rechanges à limiter (ex : legging pour le soir au refuge mais le short ou le pantalon léger de la journée peut suffire, selon besoins personnels- essayez de garder un sac léger),</li> <li><input type="checkbox"/> nécessaire de toilette (brosse à dent, dentifrice, petit bout de savon ou échantillon de gel douche)</li> <li><input type="checkbox"/> serviette de toilette microfibre ou petite serviette</li> <li><input type="checkbox"/> pharmacie personnelle (compeed, paracétamol...),</li> <li><input type="checkbox"/> bâtons de marche,</li> <li><input type="checkbox"/> fond de sac (petit bonnet, gants, quelques euros pour les boissons dans les refuges..)</li> <li><input type="checkbox"/> vivres de course perso (barres, fruits secs),</li> <li><input type="checkbox"/> drap sac</li> <li><input type="checkbox"/> boules Quiès</li> </ul> <p>Liste non exhaustive</p>